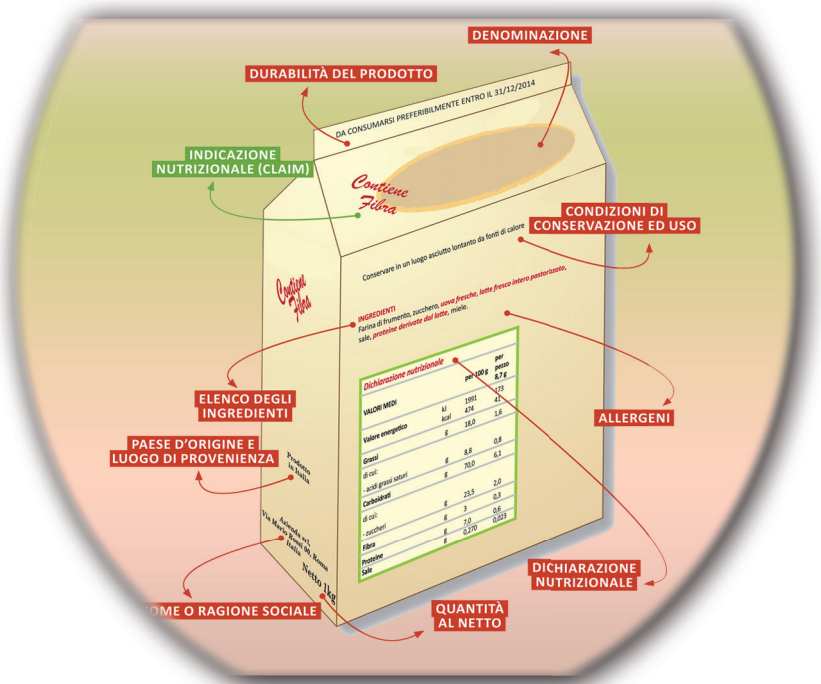


Etichettatura dei prodotti alimentari

a cosa serve e come leggere un'etichetta



Dott.ssa Alessandra Alberti
CIA Confederazione Italiana Agricoltori Toscana



L'etichetta di un prodotto alimentare può considerarsi la carta d'identità del prodotto stesso, fornisce tutte le indicazioni utili al consumatore perché esso possa scegliere il prodotto che maggiormente corrisponde alle proprie esigenze e per poterne valutare il rapporto qualità/prezzo. L'Unione europea (UE) ha in questi anni apportato miglioramenti alle norme sull'etichettatura dei prodotti alimentari affinché il consumatore ricevesse informazioni sempre più leggibili e comprensibili per effettuare acquisti consapevoli. Quali informazioni si trovano su un'etichetta?

Denominazione dell'alimento

La denominazione dell'alimento è la sua **denominazione legale**.

In mancanza di questa, la denominazione è la sua **denominazione usuale**; ove non esista o non sia utilizzata una denominazione usuale, è fornita una **denominazione descrittiva**.

Disposizioni specifiche:

per alimenti che hanno subito un trattamento che ne ha modificato lo stato fisico, accanto alla denominazione deve essere indicato lo stato fisico nel quale si trova il prodotto, ad esempio «in polvere», «ricongelato», «liofilizzato», «surgelato», «concentrato», «affumicato»; Nel caso di alimenti che sono stati congelati prima della vendita e sono venduti decongelati, la denominazione dell'alimento è accompagnata dalla designazione «decongelato».

Nome o ragione sociale e la sede del produttore o dell'eventuale altro soggetto che abbia effettuato il confezionamento

Sede dello stabilimento di fabbricazione e confezionamento

Tale indicazione può essere omessa nel caso in cui l'impresa produttrice o confezionatrice dispone di un unico stabilimento ubicato allo stesso indirizzo della sede legale o sociale;

La Circolare del Min. dell'industria, del commercio e dell'artigianato, n. 140/93, ha chiarito che per sede si intende la località ove è ubicato lo stabilimento, salvo il caso in cui i prodotti sono posti in vendita da soggetti diversi dal confezionatore, in tal caso va indicato l'indirizzo, non solo la località.

Elenco degli ingredienti

L'elenco degli ingredienti comprende tutti gli ingredienti dell'alimento, in ordine decrescente di peso, così come registrati al momento del loro uso nella fabbricazione dell'alimento.

- 1** Gli ortofrutticoli freschi, comprese le patate, che non sono stati sbucciati o taglia-ti o che non hanno subito trattamenti analoghi;
- 2** Le acque gassificate dalla cui descrizione risulti tale caratteristica;
- 3** Gli aceti di fermentazione provenienti esclusivamente da un solo prodotto di base, purché non siano stati aggiunti altri ingredienti;
- 4** I formaggi, il burro, il latte e le creme di latte fermentati, purché non siano stati aggiunti ingredienti diversi dai prodotti derivati dal latte, gli enzimi alimentari e le colture di microrganismi necessari alla fabbricazione o ingredienti diversi dal sale necessario alla fabbricazione di formaggi che non siano freschi o fusi;
- 5** Alimenti che comprendono un solo ingrediente a condizione che la denominazione dell'alimento: sia identica alla denominazione dell'ingrediente; oppure consenta di determinare chiaramente la natura dell'ingrediente.

Allergeni: ingredienti o coadiuvanti tecnologici che possono provocare allergia

Tali ingredienti o coadiuvanti tecnologici figurano nell'elenco degli ingredienti evidenziati con carattere diverso rispetto agli altri ingredienti per dimensioni, stile o colore, in modo da permettere di visualizzarne rapidamente la presenza. Anche i prodotti sfusi devono riportare obbligatoriamente l'indicazione della presenza degli allergeni e tali sostanze dovranno essere segnalate anche sui prodotti somministrati nei ristoranti, mense, bar ecc.

ALLERGENI:

- Cereali contenenti glutine: grano, segale, orzo, avena, farro
- Crostacei e prodotti a base di crostacei
- Uova e prodotti a base di uova
- Pesce e prodotti a base di pesce
- Arachidi e prodotti a base di arachidi
- Soia e prodotti a base di soia
- Latte e prodotti a base di latte
- Frutta a guscio: mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci macadamia e i loro prodotti
- Sedano e prodotti a base di sedano
- Senape e prodotti a base di senape
- Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo
- Anidride solforosa e solfiti
- Lupini e prodotti a base di lupini
- Molluschi e prodotti a base di molluschi

Indicazione quantitativa degli ingredienti

L'indicazione della quantità di un ingrediente o di una categoria di ingredienti utilizzati nella fabbricazione di un alimento, non è sempre obbligatoria, è richiesta quando l'ingrediente o la categoria:

- a) Figura nella denominazione dell'alimento o è generalmente associato a tale denominazione dal consumatore;
- b) È evidenziato nell'etichettatura mediante parole, immagini o una rappresentazione grafica;
- c) È essenziale per caratterizzare un alimento e distinguerlo dai prodotti con i quali potrebbe essere confuso a causa della sua denominazione o del suo aspetto.

Esempio: nel caso di "biscotti al miele" deve essere indicata la percentuale di miele o nel caso di "taralli al sesamo" deve essere indicata la percentuale di sesamo.

Quantità netta dell'alimento

L'indicazione della quantità di un ingrediente o di una categoria di ingredienti utilizzati nella fabbricazione di un alimento, non è sempre obbligatoria, è richiesta quando l'ingrediente o la categoria:

- a) In unità di volume per i prodotti liquidi (litro o l, centilitro o cl, millilitro o ml);
- b) In unità di massa per gli altri prodotti (chilo o Kg, grammo o g)

Durabilità del prodotto:

data di scadenza e termine minimo di conservazione

Ci sono due indicazioni che possiamo trovare sulla confezione di un prodotto:

- 1) Data di scadenza: nel caso di prodotti molto deperibili, la data è preceduta dalla dicitura "Da consumare entro il" che rappresenta il limite oltre il quale il prodotto non deve essere consumato.
- 2) Termine minimo di conservazione (TMC): nel caso di alimenti che possono essere conservati più a lungo si troverà la dicitura "Da consumarsi preferibilmente entro il" che indica che il prodotto, oltre la data riportata, può aver modificato alcune caratteristiche organolettiche come il sapore e l'odore ma può essere consumato senza rischi per la salute.

Numero di Lotto

E' l'insieme di unità di vendita prodotte, fabbricate e confezionate in circostanze praticamente identiche. Va indicato con una sigla preceduta dalla lettera L che identifica una partita di merce. Serve ad identificare un prodotto eventualmente pericoloso per il consumatore che deve essere immediatamente ritirato dal mercato "L xxxx".

Il n. di lotto non è richiesto se il Termine Minimo di Conservazione è composto da giorno – mese e anno:

Condizioni di conservazione o d'uso

Le condizioni di conservazione devono essere indicate per consentire una conservazione ed un uso adeguato degli alimenti dopo l'apertura della confezione, per gli alimenti che richiedono condizioni particolari di conservazione e/o d'uso, (obbligatorio anche per l'olio).

Esempio: nel caso dei prodotti a lunga conservazione le diciture più comuni sono "tenere lontano dalla luce" oppure "tenere lontano da fonti di calore" mentre per il latte fresco che è alimento deperibile la dicitura corretta è "conservare ad una temperatura non superiore a 4 °C.

Indicazione metrologica (e) indicata normalmente accanto alla quantità

il marchio comunitario "e" serve a dimostrare che l'impresa confezionatrice ha seguito, per l'accertamento della quantità contenuta nella confezione, le regole previste dalla normativa cogente, che ne stabiliscono anche la forma e le dimensioni.

Paese di origine o luogo di provenienza

Fatte salve le eventuali normative dei singoli Stati europei e i prodotti a denominazione di origine (DOP o IGP), l'indicazione del paese di origine è obbligatoria: per le carni bovine, per carni fresche e congelate delle specie suina, ovina, caprina e avicola, per pesce, frutta e verdura, miele, olio extravergine di oliva.

Dichiarazione nutrizionale

La dichiarazione nutrizionale obbligatoria reca le indicazioni seguenti:

- Valore energetico (Kcal, KJ)
- Grassi (g)
- Acidi grassi saturi (g)
- Carboidrati (g)
- Zuccheri (g)
- Proteine (g)
- Sale (g)

La dichiarazione nutrizionale può essere integrata con l'indicazione su acidi grassi monoinsaturi, acidi grassi polinsaturi, polioli, amido, fibre. L'indicazione del valore energetico

è riferita a 100 g/100 ml dell'alimento, oppure alla singola porzione. Il valore energetico è espresso come percentuale delle assunzioni di riferimento per un adulto medio ossia circa 2000 kcal al giorno.



The image shows a magnifying glass held over a nutrition label. The label is titled 'VALORE NUTRIZIONALE' and 'VALORI MEDI PER 100 G DI PRODOTTO'. The data is as follows:

VALORE NUTRIZIONALE	
VALORI MEDI PER 100 G DI PRODOTTO	
Valore energetico	339,6 kCal (1421,6 kJ)
Proteine	13,5g
Carboidrati totali	66,0g
di cui zuccheri	0,6g
Grassi totali	2,4g
di cui saturi	1,3g
Fibre	1,7g
Sodio	0,02g

Quali alimenti non hanno l'obbligo dell'etichetta nutrizionale?:

prodotti non trasformati che comprendono un solo ingrediente o una sola categoria di ingredienti, le acque, piante aromatiche e spezie, sale e succedanei, edulcoranti da tavola, caffè, infusioni, aceti, aromi, additivi alimentari, coadiuvanti tecnologici, enzimi, gelatina alimentare, lieviti, alimenti confezionati in imballaggi la cui superficie maggiore misura meno di 25 cm.q, gli alimenti, anche confezionati in maniera artigianale, forniti direttamente dal fabbricante al consumatore finale o a strutture di vendita al dettaglio che forniscono direttamente al consumatore finale.

Quali altre indicazioni nutrizionali può contenere un'etichetta?

Può contenere indicazioni nutrizionali e sulla salute, indicazioni che ad esempio affermino che un alimento abbia particolari proprietà nutrizionali benefiche, dovute all'energia (valore calorico) che apporta o non apporta o a sostanze nutritive o di altro tipo che contiene.

Alcuni esempi di indicazioni nutrizionali

A BASSO CONTENUTO CALORICO

il prodotto contiene non più di 40 kcal/100 g per i solidi
o più di 20 kcal/100 ml per i liquidi

A RIDOTTO CONTENUTO CALORICO

il valore energetico è ridotto di almeno il 30%

A BASSO CONTENUTO DI GRASSI

Il prodotto contiene non più di 3 g di grassi per 100 g di prodotto
per i solidi e 1,5 g di grassi per 100 ml di prodotto per i liquidi.

A BASSO CONTENUTO DI GRASSI SATURI

Il prodotto contiene una quantità di acidi grassi saturi e acidi grassi trans
non superiore a 1,5 g/100 g per i solidi e 0,75g/100 ml per i liquidi.
In ogni caso gli acidi grassi saturi e trans non possono rappresentare più
del 10% dell'apporto energetico

A BASSO CONTENUTO DI ZUCCHERI

Il prodotto contiene non più di 5g di zuccheri su 100 g di prodotto
per i solidi o 2,5g di zuccheri per 100 ml di prodotto per i liquidi

A BASSO CONTENUTO DI SODIO/SALE

Il prodotto contiene non più di 0,12 g di sodio per 100 g
o 100 ml di prodotto

FONTE DI FIBRE

Il prodotto contiene almeno 3 g di fibre per 100 g di prodotto

LEGGERO/LIGHT

il valore energetico è ridotto di almeno 30%

RICCO DI GRASSI MONOINSATURI (O POLINSATURI)

almeno il 45% degli acidi grassi presenti nel prodotto derivano dai grassi
monoinsaturi/polinsaturi e a condizione che gli stessi apportino
oltre il 20% del valore energetico del prodotto

RICCO DI GRASSI INSATURI

almeno il 70% degli acidi grassi presenti nel prodotto derivano da grassi
insaturi e a condizione che gli stessi apportino oltre il 20% del valore
energetico del prodotto

Presentazione delle indicazioni obbligatorie

La dichiarazione nutrizionale obbligatoria reca le indicazioni seguenti:

- La denominazione di vendita
- L'indicazione dell'origine
- La quantità
- La "e"
- Il termine minimo di conservazione

Devono essere riportate nello stesso campo visivo tutte le indicazioni obbligatorie devono sottostare a quanto riportato nell'articolo 13 del Reg UE sull'etichettatura 1169/2011 che recita:

le indicazioni che appaiono sull'imballaggio o sull'etichetta a esso apposta sono stampate in modo da assicurare chiara leggibilità, in caratteri la cui parte mediana (altezza della x), definita nell'allegato IV, è pari o superiore a 1,2 mm.

